Пишут родственники и сами алкоголики

Я считала — это только моя боль

Я — жена алкоголика. Каждый четверг я иду на встречу с такими же женщинами: женами, матерями людей, чью жизнь отравил алкоголь. Нас уже много — семей, живущих по программе «12 шагов духовного роста». Кто-то скажет: пьет ведь твой муж (отец, сын), зачем тебе ходить куда-то, все равно ничего не изменишь. Когда-то и я думала, что это только моя боль и моя проблема, и боролась. С пристрастием, гневом, обидой: разбивала бутылки с водкой, устраивала скандалы, бегала жаловаться в милицию, к родственникам, угрожала разводом. Я не хотела видеть очевидного: мой муж болен и, если я хочу помочь ему, надо по-другому взглянуть на ситуацию. Не надо впустую тратить силы и энергию, пытаясь понять, почему муж пьет, почему ему нет дела до семьи, до своих мужских обязанностей, до своей репутации. Нужно только понять, что муж страдает от пристрастия, столь коварного и сильного, что никакая человеческая воля не в силах побороть его. Муж пьет, потому что не может не пить. И в одиночку ему со своим заболеванием не справиться.

После «кодировки» муж какое-то время держался. Но — только от страха. Он по-прежнему был наедине со своей болезнью, и никому из кодировщиков не было до этого дела. И я пришла в Центр. Здесь можно поговорить о своей проблеме, здесь любят и уважают мою семью, да и я сама уже стараюсь помочь тем молодым семьям, кто только пришел в Центр и лишь начинает путь по программе духовного роста.

Оказывается, раньше я совершала много ошибок, пытаясь на свой лад переделать своего мужа. Теперь он не пьет, мы стали жить по-другому, стали новой семьей. Хотя наш супружеский «стаж» 12 лет, мы живем, как молодожены: так заботливо, нежно, внимательно относимся друг к другу и к нашим детям. Я стала намного спокойнее, бегу домой с радостью, наш дом стал дорогим и уютным.

Конечно, нелегко строить новую жизнь, приходится прилагать немалые усилия. Но ведь и результат того стоит.

Люда.

Мы словно воскресли

Я мать алкоголика, и в полной мере знаю, что это такое. Я не могла бороться с пристрастием сына к водке, никакие уговоры не помогали, я видела, что сын пропадает, а вместе с ним пропадала сама. Случайно сын прочитал в газете статью о Центре реабилитации и поехал туда. Полгода прошло с тех пор, как мы впервые пришли в Центр вместе. Сын ни разу с тех пор не напивался, мы словно воскресли: появились общие разговоры, мы сблизились, увидели свет другими глазами.

Женщины! Если хотите сохранить семью и обрести уверенность в жизни, ведите своих родных в Центр. Там непременно помогут.

М. З.

Я ему говорила: разведусь

Когда в Центре реабилитации мне сказали, что я помогала мужу пить, я поразилась. Это я-то помогала? Я же наоборот всячески старалась остановить его пьянство. Но вот уже две недели размышляю одна и вместе с группой таких же жен алкоголиков и начала понимать всё иначе. А ведь действительно, я своей «борьбой» с очередным его запоем толкала его на продолжение пьянства. Мне теперь стыдно за некоторые свои выходки — я-то была трезвой!

Придет, бывало, муж домой пьяный, а я начинаю: почему напился, да где он был, с кем пил, сколько это будет продолжаться... Хотя бы подождала, когда он протрезвится, а уж тогда б и говорила. Нет, я уже «накалилась», пока его ждала. Утром спрашиваю снова: когда закончится это пьянство? Муж обещает не пить, но вечером то же самое.

Я все время ему говорила: ну чего тебе не хватает? Что сделать для тебя, чтобы ты не пил ? Я угрожала, что выгоню, разведусь, что чего-нибудь напьюсь и умру, и тогда он будет плакать на моей могиле и узнает, какой был идиот. Я его называла ничтожеством, говорила, что ради рюмки водки он теряет любимого человека, а это значит, что я ему не дорога. Я недоумевала: как же так, ведь, когда ты берешь первую рюмку трезвым, ты ж осознаешь, что ты делаешь и чем все кончится? Значит, ты нарочно, специально все делаешь? Знаешь, что надо домой, но пьешь!

Это я сейчас знаю, что алкоголик бессилен перед первой рюмкой, знаю, что напивался он не специально, а потому, что не мог не напиться. Дома он не нужен ни жене, ни матери, а друзья — они тут как тут. Некому понять, некуда приклонить голову. Он чувствовал, что я его почти ненавидела, и пил еще больше.

Пробовала я и по-хорошему, но, конечно, не знала, как поступить правильно. Мы зашли в тупик.

Сейчас-то я знаю, что не старалась понять его по-человечески, заглянуть ему в душу, успокоить его. Может, это и было, но очень редко — слишком уж я была зла. В семье я была главная, а он — ничто, так, бесплатное приложение. Хотя за что в доме ни возьмись, все сделано его руками. Но в гневе я об этом забывала и уничтожала его как человека.

Слава Богу, Он открыл мне глаза, и я стала смотреть на мужа по-новому. Теперь я и на пьяниц смотрю по-другому. Раньше я была готова их всех стрелять из пулемета, а сейчас — жалею...

Я от всего сердца постараюсь помочь своему мужу. Я научусь, узнаю, как ему правильно помогать. Верю, что он искренне хочет бросить пить, что он перестанет пить. А иначе... Просто страшно подумать.

В.Ш.

Никогда не задумывался...

Софья Владимировна попросила написать, что мы о себе думаем. Над этим вопросом раньше я никогда не задумывался, потому что сам себе его не задавал и никто меня об этом до прихода в Центр реабилитации не спрашивал.

Как, наверное, всякий алкоголик, я, в первую очередь, эгоист. Ну, а из-за этого все остальное: вспыльчивость без всякой причины, безразличие к мнению других и т. д. В общем-то я раньше придерживался принципа: живи, как тебе подсказывает совесть, и не мешай жить другим, как им нравится. Но очень часто меня бесила, как мне казалось, тупость и несправедливость других. Я взрывался, мог нагрубить.

В данное время я стал более критично относиться к самому себе и прежде, чем вспылить, начинаю думать. Оказывается, это не так уж и сложно. Человек, который был не прав, вскоре сам это осознает. Сейчас я стараюсь изменить ритм моей жизни, потому что на данный период он очень скачкообразный: сегодня хочется сделать как можно больше, а завтра — депрессия, и все валится из рук. Это неправильно, я думаю.

Надеюсь с помощью высшей силы и товарищей по несчастью навсегда избавиться от алкоголя и, насколько это возможно, изменить свой характер и образ жизни в лучшую сторону.

А.К.

Вся жизнь в борьбе с самим собой и окружающими

Родился и вырос я в обычной рабочей семье. Воспитание получил нормальное. Ущемления и подавленности не испытывал. Родители с детства приучали к труду. Я не скажу, что с охотой выполнял их поручения, но делал все, что они говорили. В семье строгость и доброта сочетались. Физических наказаний, как правило, не было, за редким исключением — за особую провинность. В семье было трое детей, я — старший. Мне поручалось следить за младшими, и спрашивали с меня строго.

Рос я общительным и компанейским, но в то же время был стеснительным, не мог сразу войти в коллектив, общаться с незнакомыми людьми. В школе и среди друзей я чувствовал себя нормально. Среди друзей и родных я имел, как мне кажется, авторитет. Я старался делать окружающим меня людям что-то хорошее, и врагов, по-моему, у меня нет до сих пор.

Если кто-то и осуждал меня за пьянку, то это не враги, а, скорее, сочувствующие. А, может быть, и есть враги, но они себя никак не проявили. Комплекс неполноценности я стал ощущать с 17 лет, когда по состоянию здоровья не смог поступить в летное училище. После этой неудачи я, по-моему, до сих пор не пришел в себя. Мне кажется, что если бы сбылась моя мечта, то, возможно, я не стал бы алкоголиком.

Пришлось работать на производстве и быть, как все: как все пить, говорить о том, о чем все говорят, и жить этим же. Мне стало интересно и хорошо только в компаниях с выпивкой. Постепенно я стал скатываться вниз. Природную стеснительность и пьяные выходки пришлось как-то совмещать. Но совмещать это невозможно. Чтобы заглушить угрызения совести и переживания, я пил. На укоры огрызался, оправдывался, лгал.

Я стал каким-то двойственным. Трезвый, я люблю детей, близких, помогаю людям, со мной советуются, — я чувствую себя нормальным человеком. Пьяный, я — прямая противоположность. Забываю о детях, о семье, о друзьях, могу подвести кого угодно, становлюсь злым, обидчивым. Я чувствую, как изменился мой характер, остро реагирую на критику, пытаюсь доказать,. что я хороший, а тот, кто меня обвиняет, сам с изъяном. Я затаиваю обиду и жду момента, чтобы отомстить, но чаще всего не мщу, так как остываю и понимаю в глубине души, что я не прав.

Вся жизнь — в борьбе с самим собой и с окружающими. По счастью, бескровная.

Т.

Я был о себе хорошего мнения

До прихода в Центр реабилитации я был о себе хорошего мнения, был уверен, что я не алкоголик, что я сам могу, когда хочу, тогда и брошу пить. Но из этого ничего не получалось, что я только не перепробовал. Лечился у нарколога, был в ЛТП — все напрасно.

Придя в Центр, здесь я понял только через неделю, что сам, один я не справлюсь с этим делом, и я обратился к Богу. Только поверив в Его силу, я убедился, что смогу с Его помощью выкарабкаться их этой проклятой долговой ямы и начать новую жизнь.

Надеюсь, что все будет хорошо, и этим я принесу радость себе, семье и родным, надеюсь, что я принесу еще пользу для благополучия нашей великой России.

Л. П.

Так сложилось...

Так сложилось в нашей жизни, что мой муж стал алкоголиком. Казалось, все несчастья свалились на нашу семью. Пьянки, скандалы повлияли и на меня: я стала раздражительной, нервной, перестала замечать вокруг себя хорошее.

Нам очень повезло, что мы попали в центр реабилитации, в группу семей алкоголиков. Что меня поразило здесь в первую очередь - счастливые лица. Но постепенно я сама обрела уверенность в себе, что и я не такая уж плохая, и учусь жить по-иному Мужа теперь вижу с другой стороны, в нем открываются хорошие качества, которых раньше я в нем не замечала. Здесь я поняла, как можно быть счастливой, как помочь мужу преодолеть болезнь. Мы должны помогать друг другу, ведь алкоголизм - семейная болезнь.

НАТАША.